

**Todos soñamos con cambiar de vida.
Muy pocos lo hacen.**

Yo estuve años deseándolo, esperando el momento justo, la señal perfecta, la certeza total.

Hasta que entendí que ese momento no llega nunca... y que si quería algo distinto, tenía que ser yo quien cambiara.

Este libro es el relato de ese salto.

Un viaje físico y espiritual que empezó con unas maletas, muchos miedos, y una única certeza: ya no podía seguir viviendo una vida que no era mía.

No todo salió como esperaba. A veces tuve que empezar de nuevo. Pero cada paso —incluso los más dolorosos— me llevó más cerca de mí.

Hoy sé que la libertad no se encuentra, se construye. Que la fuerza no aparece... se despierta.

Si tú también sientes que hay algo en tu interior que ya no puede callar, este libro puede ser el empujón que estabas esperando.

CRÉELO

lo conseguirás

LA EVOLUCIÓN CONSCIENTE

Un viaje hacia la libertad espiritual



Emy Farella es una autora visionaria y creativa, comprometida con el crecimiento personal y la búsqueda de la autenticidad. Después de años de seguir caminos impuestos, eligió escucharse, soltar expectativas ajenas y construir una vida a su medida. Cree en el poder de la intuición, en la belleza de los pequeños detalles y en la capacidad de cada ser humano para transformar su historia. Escribe para acompañar, inspirar y recordarnos que nunca es tarde para volver a empezar.

EMY FARELLA



EMY FARELLA

CRÉELO
lo conseguirás



**LA EVOLUCIÓN
CONSCIENTE**

Un viaje hacia la libertad espiritual



Índice



- 9.....**Prólogo**

- 13.....**Capítulo 1**
La voz de la intuición

- 19.....**Capítulo 2**
Mi idea de libertad

- 33**Capítulo 3**
Un espíritu inquieto

- 41.....**Capítulo 4**
Hacia la tierra prometida

- 49**Capítulo 5**
Empezar desde cero

- 57.....**Capítulo 6**
Entrenamiento espiritual

- 67.....**Capítulo 7**
¡Procedamos!

- 75.....**Capítulo 8**
Cambiar mentalidad y hábitos

- 85**Capítulo 9**
Una pausa regeneradora

- 95**Capítulo 10**
Los preparativos

Copyright 2025 © Intuitivamente Ediciones

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este libro puede ser reproducida ni utilizada de ninguna forma sin el permiso escrito del titular del copyright, excepto en el caso de citas breves utilizadas en reseñas o críticas.

Primera edición: 2025
ISBN: 9798286018321

Escrito por: Emy Farella
Maquetación y portada: Emy Farella



www.emyfarella.com



- 
- 103.....Capítulo 11**
Creo en mí misma
- 113.....Capítulo 12**
El día tan esperado
- 121.....Capítulo 13**
La tigresa ha salido de la jaula
- 131.....Capítulo 14**
¡Manos a la obra!
- 139Capítulo 15**
Imprevistos
- 149.....Capítulo 16**
Un paso atrás, un pie en la fosa.
- 161.....Capítulo 17**
El punto de inflexión
- 167.....Capítulo 18**
El largo viaje, sabor a libertad,
- 175.....Capítulo 19**
El alba de un nuevo comienzo
- 185Capítulo 20**
El ritmo de la vida
- 192.....Conclusiones**
- 195La autora**
- 



“Créelo, lo tendrás” es una trilogía diseñada para ayudarte a descubrir el potencial que llevas dentro, aprender a utilizarlo para acceder a las infinitas posibilidades que ofrece la vida y reconectarte con la serenidad y la paz interior.

En el primer libro, *El secreto para ser feliz*, se abordan los temas fundamentales para iniciar el propio camino de crecimiento personal y espiritual. A través de una exposición sencilla y fluida, se resumen los conceptos esenciales transmitidos por algunos de los más grandes maestros en este ámbito, ofreciendo una visión profunda e inspiradora desde la interpretación de la autora.

En el segundo libro, *El año del cambio*, la autora relata el proceso de su transformación y despertar interior, compartiendo los acontecimientos que la llevaron a descubrir el universo de las posibilidades infinitas, entre dudas, tropiezos y revelaciones. Lo hace con el sincero deseo de transmitir aquellas experiencias personales que marcaron el inicio de su maravilloso viaje hacia el interior.

En el tercer libro, *La evolución consciente*, la autora muestra cómo poner en práctica los conocimientos adquiridos en el primer volumen, compartiendo en primera persona su testimonio durante el giro más decisivo de su vida. Un poderoso ejemplo de determinación y de profunda conexión con la Sabiduría Universal.



Prólogo

Han pasado muchos años desde la publicación de mis primeros libros. En todo este tiempo he leído, estudiado y, sobre todo, vivido intensamente. Cada experiencia ha contribuido a disipar las sombras en mi interior, iluminando el camino —mágico y revelador— del autoconocimiento y el crecimiento personal.

He aprendido a escuchar la voz de mi alma con una conciencia cada vez más sutil. Cuando la sigo, todo fluye con una sincronicidad perfecta: el camino se abre y avanza hacia la realización de mi Dharma —el propósito que da sentido a esta vida— se vuelve un tránsito ligero y lleno de gozo.

Al relacionarme con los demás, he comprendido que nuestras vivencias, expectativas y sueños no son tan distintos como parecen. Sin embargo, muchas personas se sienten solas o “equivocadas”; se ocultan tras una máscara y llenan sus días de actividades vacías para silenciar la voz interior que, incansable, intenta hacerse oír. Y cuando, inevitablemente, llega el momento de mirarse de frente, el desconcierto es profundo.

¿Cómo saber cuándo ha llegado el momento de dar un giro decisivo en la vida? ¿Qué fuerza interior nos impulsa a cruzar los límites de lo conocido y aventurarnos en lo inédito?

Para algunas personas, la señal irrumpe como un trueno en pleno verano; en mi caso, casi siempre llega serena y silenciosa, como un canto lejano que me atrae con una fuerza magnética.



Desde hace un tiempo, siento que algo en mí se ha apagado. Algunos aspectos de mi vida se han estancado, y vuelve a asomar la rutina de este mundo ficticio que me aleja de mi propósito. Me falta el aire. Entonces, una voz interior se eleva con nitidez y exige un cambio radical. Esa es mi señal.

A veces, incluso yo me he sentido ajena a todo. Pero en breves destellos de lucidez, percibo el lazo invisible que me une al universo y comprendo que, en el fondo, todos anhelamos la misma claridad.

De formas inesperadas, nos ayudamos mutuamente; colaboramos, sin saberlo, en la realización de un propósito común. Somos parte de una realidad artificial y compartimos los desafíos que esta implica.

Cada quien, a su propio ritmo, intenta sacar a la luz su esencia más genuina. **No hay un modo correcto o incorrecto de hacerlo:** lo verdadero es honrar nuestro camino y respetar nuestros propios tiempos.

Muchas personas esperan que los grandes cambios provengan del exterior y, cuando finalmente llegan, suelen manifestarse como crisis que lo sacuden todo.

Existe, sin embargo, otro camino: el del **cambio consciente**, el que nace de una introspección profunda. Yo he elegido esa vía. No voy a permitir que la vida decida por mí. Observaré mi incomodidad, la descifraré y transformaré lo necesario para recuperar el equilibrio.

Ha llegado el momento de sacudir a esta sociedad adormecida, aferrada a la superficialidad y al materialismo que no son más que máscaras del miedo y la desesperanza —una ilusión sostenida por el ego—.

Si queremos transformar el mundo, primero debemos transformarnos a nosotros mismos. Porque el ejemplo, siempre, tiene más poder que cualquier discurso.

Al repasar mi pasado, compruebo que los momentos decisi-

vos siempre llegaron después de atreverme, de seguir la voz de mi instinto sin temor a las consecuencias.

Hoy, sin embargo, el panorama se presenta confuso. Para aclararlo, detengo la marcha, me silencio y me conecto con la conciencia universal. Sus señales llegan puntuales: disipan la duda y reavivan mi energía.

El diagnóstico es claro: necesito dar un salto al vacío, más grande que nunca. Esta vez lo haré de forma plenamente consciente, poniendo en práctica las enseñanzas que he integrado a lo largo de los últimos años. Registraré cada paso en estas páginas, con la esperanza de que puedan acompañar e inspirar a quienes estén atravesando —o deseen iniciar— una gran transformación.

Este libro nace del deseo profundo de compartir mi proceso, con la esperanza de inspirar y alentar a quienes, como yo, aún creen en la posibilidad de un mundo mejor, donde todos podamos vivir en libertad y desplegar plenamente nuestro potencial.

Que comience la aventura.

Emy Farella





Capítulo 1



LA VOZ DE LA INTUICIÓN



El instinto suele decirte lo que debes hacer mucho antes de que tu mente lo comprenda.

Edmund Burke

No dejes que el ruido de las opiniones de los demás ahogue tu propia voz interior. Y lo más importante, ten el coraje de seguir tu corazón y tu intuición. De alguna manera, ellos ya saben en lo que realmente quieres convertirte. Todo lo demás es secundario.

Steve Jobs

Para mis cuarenta años decidí hacerme un regalo excepcional: una gran aventura, de esas que no se olvidan.

Así que... me voy. Otra vez.

Ya lo he hecho antes, en dos ocasiones... en realidad, tres, aunque la tercera fue más un regreso que una verdadera partida.

En el lapso de dos años me mudé tres veces: de Milán a Bolivia, de Bolivia a Bari, y de Bari de nuevo a Milán. Puede parecer poca cosa dicho así, en una sola línea. Pero vivirlo... fue otra historia.

Estaba desesperada, actuaba impulsada por el miedo, sin ningún punto de referencia, sin un objetivo claro al que aferrarme. Solo sentía una necesidad urgente de escapar de una vida que me estaba apagando, sin saber del todo qué era lo que buscaba.

Tuve que empezar de cero cada vez. Viajaba con pocas maletas, ligera por fuera, pero llevando dentro el peso más grande de todos: mi pasado, las decepciones, los resentimientos, la rabia, la persistente sensación de no ser suficiente.

Creo que, en realidad, no estuve presente ni un solo instante durante aquellos años. Vivía anclada al pasado, aferrada a lo

material, como si de ello dependiera mi identidad. Bastaba con perder algo mínimo —un simple alfiler— para que me echara a llorar desconsoladamente.

Vivía enfocada en lo que me faltaba, obsesionada con ese vacío interior que me habitaba. En lugar de preguntarme qué necesitaba para llenarlo, me perdía buscando respuestas que pudieran explicarlo... pero no entendía, porque las buscaba en el lugar equivocado.

Y, sin embargo, a pesar de todo, aquellos años fueron necesarios. Me trajeron hasta este punto: el momento en que, por fin, puedo discernir qué merece la pena conservar... y qué es mejor soltar.

Hoy soy consciente de que la clave está en disfrutar del presente. No hay un destino final al que llegar, pero eso no significa que debamos dejar de avanzar. La felicidad, lo he comprendido, se encuentra en cada paso del camino.

QUIEN SE DETIENE, ESTÁ PERDIDO

Estoy completamente de acuerdo con el conocido dicho: “Quien se detiene, está perdido”.

Para mí, detenerse significa quedar atrapado en la rutina, actuar como un autómatas sin darse cuenta, tomar decisiones por comodidad pero sin verdadero valor para la evolución personal.

Ese estado genera malestar interior, apaga la motivación, drena la energía vital e incluso puede afectar físicamente.

Lo más difícil es que rara vez se nota a tiempo: una vez dentro, uno llega a creer que todo es normal. Es un proceso lento y sigiloso, que nos va acostumbrando sin que lo advirtamos. Y cuando al fin las consecuencias se hacen visibles, solemos inventar excusas para seguir refugiados en nuestra zona de confort.

Para ilustrar mejor este concepto, me gustaría citar el conocido principio de la rana hervida, atribuido al filósofo estadounidense Noam Chomsky:

“Si ponemos una rana en una olla de agua hirviendo, inmediatamente intenta salir. Pero si ponemos la rana en agua a temperatura ambiente y no la asustamos, se queda tranquila. Cuando la temperatura se eleva de 21 a 26 grados centígrados, la rana no hace nada, e incluso parece pasarlo bien.

A medida que la temperatura aumenta, la rana está cada vez más aturdida y, finalmente, no está en condiciones de salir de la olla. Aunque nada se lo impide, la rana se queda allí y hierve.

Si la misma rana hubiera sido arrojada directamente al agua a 50 grados, habría dado un fuerte salto con las patas y salido inmediatamente de la olla.

Esta experiencia demuestra que cuando un cambio ocurre de forma lo suficientemente lenta, pasa desapercibido. No provoca, la mayoría de las veces, ninguna reacción, ninguna oposición, ninguna rebelión.”

Este principio se aplica a la sociedad en su conjunto: pueblos enteros que, al aceptar pasivamente la degradación, los abusos y la desaparición de los valores y la ética, terminan consintiendo —casi sin darse cuenta— su propia decadencia.

Pero también describe el comportamiento de quienes permanecen inertes, inmóviles, sumisos, resignados o indiferentes, evadiendo la responsabilidad sobre las decisiones que toman y las consecuencias que estas generan.

La habituación puede hacer que no percibas el malestar en el que estás sumido. Pero puedo asegurarte que, cuando ya no tengas ojos para ver, la conciencia universal llegará en tu ayuda... y te dará un buen sacudón.



Lo esencial es acoger con benevolencia cualquier señal que la vida te envíe, incluso si, al principio, no te agrada. Se trata de aprender a mirar más allá de las apariencias, de profundizar, hasta reconciliarte con tu Yo interior, hasta reencontrar el camino hacia el bienestar y la auténtica felicidad.

UN BREVE ADORMECIMIENTO

En lo que a mí respecta, después de los años turbulentos que he vivido, vuelvo a sentir con fuerza la necesidad de un gran cambio.

Es como si, tras haber encontrado por fin mi rumbo, me hubiera desviado sin darme cuenta.

Yo estaba allí, en calma, intentando vivir con serenidad la vida que creía haberme ganado... cuando, de pronto, comenzaron a repetirse ciertos acontecimientos desagradables.

Al principio pensé: “Bueno, ¿y qué? No todo puede salir bien siempre, ¿verdad?”. Y, con esa actitud ingenua, ignoré la voz de la sabiduría que intentaba hacerse oír.

Luego intervino también mi instinto, con señales claras de malestar interior. Después llegaron más episodios incómodos, y mi aparente serenidad empezó a desmoronarse.

Finalmente, volví a enfermar. Aparecieron síntomas físicos evidentes, que no experimentaba desde aquellos duros momentos de 2012, durante mi primera huida.

¡Ah, no! Esta vez no me engaño. Esta vez sé perfectamente de qué se trata.

Solo me he adormecido un breve tiempo. No es grave. Puedo salir adelante.

Esta vez soy consciente. Tengo las herramientas necesarias. El poder está dentro de mí. Sé que puedo contar con la sabiduría universal; solo necesito volver a escuchar para entender en qué dirección avanzar.



EL FIN DE LA GUERRA INTERIOR

La decisión de marcharme no llegó de forma repentina. Fue, más bien, el resultado de un largo proceso de análisis y escucha interior. Una lucha entre el deseo de evolucionar y el miedo natural a lo desconocido; entre las ganas de cumplir un sueño y la tentación de abandonarme a la rutina cómoda.

Sobre todo, sentí una gran resistencia al enfrentarme con antiguos bloqueos emocionales que he llevado dentro desde siempre.

He trabajado mucho para liberarme de ellos: varios años de terapia psicológica para comprenderlos, y una gran fuerza de voluntad para superarlos.

Pero el mejor aliado que pude tener fue, sin duda, mi intuición, que también en esta ocasión desempeñó un papel fundamental, guiándome hacia la salvación y la resolución de toda guerra interior.

El factor principal que he identificado —cuya ausencia provocó la mayoría de mis bloqueos— y que he elegido como meta última en mi camino, es la libertad.

Capítulo 2

MI IDEA DE LIBERTAD

Las cosas que posees terminan poseyéndote a ti. Solo cuando lo has perdido todo eres libre para hacer cualquier cosa.

Tyler Durden - Fight Club

Cuando a un hombre se le niega el derecho a vivir la vida en la que cree, no tiene más remedio que convertirse en un proscrito.

Nelson Mandela

Si me preguntaran qué es lo más importante para mí en la vida, respondería con absoluta certeza: la libertad.

Describir la libertad con palabras es casi imposible; el simple hecho de haberle dado un nombre ya la limita, le quita parte de esa grandeza e inmensidad que le pertenecen. Cuando pienso en lo que representa para mí la libertad, siento una sensación de ligereza, de paz interior, de calma... con un toque de euforia.

La libertad es un estado del alma. Creo que solo puede experimentarse plenamente cuando se alcanza un alto grado de consciencia; cuando uno despierta y descubre la vastedad de su mundo interior, mucho más significativa y reveladora que la realidad física que nos rodea.

La libertad tiene muchas tonalidades, muchas interpretaciones, muchas formas de vivirse, pero siempre conduce al mismo punto: todos la necesitamos, y cuando falta, no somos felices.

¿DÓNDE HA QUEDADO MI LIBERTAD?

Así como es difícil definir algo abstracto, también lo es percibir su presencia, su cantidad, e identificar su límite.

¿Y cuándo me di cuenta de que había perdido mi libertad?

No puedo decirlo con exactitud, pero creo que esto va de la mano con la aparición de la sensación de malestar interior.

Nunca somos completamente libres: estamos constantemente condicionados por los acontecimientos externos y por las personas que nos rodean.

Aun así, siempre he intentado salirme de los moldes, decir lo que pensaba, incluso cuando eso significaba ir a contracorriente. He tomado decisiones importantes en nombre de esa libertad.

Y, sin embargo, todavía siento cadenas que me arrastran con fuerza en una u otra dirección. He intentado ignorarlas, pero sé muy bien de qué se trata.

Hay un momento en la vida de todo ser vivo —la naturaleza nos lo enseña— en el que es necesario aprender a caminar con las propias piernas.

Pues bien, yo nunca lo hice del todo. O mejor dicho... viví con la ilusión de haberlo hecho, pero no fue así. No por completo. Y ya sabemos que las cosas hechas a medias, simplemente, no funcionan.

Nos enseñan que la vida es esto: estudiar, conseguir un trabajo, casarse, tener hijos, jubilarse.

¿Y yo qué hice? Seguí el modelo al pie de la letra. Así que, según los estándares de esta sociedad, estoy dentro de la norma. Perfecta, al parecer.

Pero si queremos leer entre líneas, debo añadir que estudié gracias al apoyo económico de mis padres; trabajé, sí, pero sin alcanzar nunca una verdadera independencia económica; me casé y, durante años, viví sobre todo gracias al sueldo de mi exmarido y a los regalos de su familia y de la mía.

Siempre se me dio todo. Nunca tuve que preocuparme por arreglármelas por mi cuenta. Y eso me convirtió en una prisionera perfecta: cuando no eres tú quien construye su propia

vida, cuando dejas que otros lo hagan por ti, esa vida, simplemente, no te pertenece.

EFECTO DOMINÓ

En este punto, es necesario retroceder en el tiempo para comprender mejor las razones que hoy me impulsan a tomar ciertas decisiones.

La primera celda me la construí a los 24 años, cuando les pedí a mis padres que me compraran una casa... y ellos aceptaron.

Ahora bien, no tiene nada de malo que una familia, si cuenta con los medios, decida apoyar a un hijo con la compra de una vivienda.

Lo que estuvo mal fue lo que esa compra representó: para mí, era un gesto generoso, el regalo desinteresado de unos padres que querían ayudarme a empezar una vida independiente. Para ellos, en cambio, fue siempre una forma de tenerme atada, de asegurarse de que hiciera su voluntad. Un objeto de chantaje, más que un acto de amor.

Esto, sin embargo, empecé a descubrirlo solo cinco años después, cuando —ya casada desde hacía un año— buscaba junto a mi marido una vivienda más grande, donde formar una familia con futuros hijos.

En mi ingenuidad, creía que al haberme casado y tener un trabajo estable, ya había alcanzado ese nivel de madurez que te permite decidir por ti misma qué es lo mejor para tu vida.

Cuando encontramos la casa de nuestros sueños —un bonito chalet de 300 metros cuadrados en un barrio residencial— no tuvimos dudas: la compraríamos.

Pero había un detalle imprescindible: yo debía vender la casa que me habían regalado años atrás.



Mis padres se opusieron desde el primer momento: no estaban de acuerdo con la forma en que queríamos llevar a cabo la compra. Siguieron discusiones intensas, furiosas.

Me rebelé. Actué por mi cuenta, aunque eso significara ir en contra de ellos. Al fin y al cabo —pensé—, ellos habían comprado unas paredes, no a mí ni a mi libertad.

Vendí la casa. Y fue entonces cuando, por primera vez, choqué de frente contra los barrotes de mi celda.

BUENA FE Y ENGAÑO

Lo que se suponía que debía ser un regalo hecho con amor a una hija en un momento de necesidad, se reveló, en cambio, como un arma de doble filo.

Un día recibí una carta del tribunal: me instaban a devolver íntegramente la suma que, según ellos, me había sido “prestada” en aquel lejano año 2000 para la compra de mi apartamento.

Sí... pobre ingenua. No era más que eso.

Había creído ciegamente en mi familia cuando me hicieron firmar aquel documento que, supuestamente, servía solo como una “protección” para mi hermano en el momento de repartir la herencia.

“Así”, decían, “si llegáramos a morir, a tu hermano le corresponderá lo justo, y esta casa entrará en tu parte sin restarle nada a él”.

Pero aquel papel, lejos de ser una garantía de equidad, se convirtió en mi sentencia de muerte.

De repente, me encontré convertida en deudora de una suma altísima. Una cifra que ellos sabían perfectamente que jamás podría devolver, salvo vendiendo la casa conyugal actual.

Pero eso también se volvió imposible: ellos mismos la hipotecaron para recuperar ese dinero, bloqueando así —de forma



definitiva— la posibilidad de venderla.

Las cuentas no cierran, ¿verdad? ¿Qué sentido tiene exigir la devolución de un dinero y, al mismo tiempo, impedirme utilizar el único medio que tenía para hacerlo?

La realidad es que recuperar el dinero no era exactamente su verdadero objetivo, al menos no su prioridad. Claro que lo querían —vaya si lo querían—, pero una vez impuesta la hipoteca como garantía de devolución, su interés se desplazó hacia otra clase de beneficio: los “intereses morales”.

Primero, yo debía ser castigada por haberlos desobedecido; había que darme una buena lección.

Y segundo, tras volver a entrometerse en mi vida privada, en mis cuentas y gestiones, se convencieron de que mi exmarido había conspirado contra mí para robarme. Así que, por extensión, él también debía pagar.

Así fue como ambos nos encontramos atrapados en aquella casa: con una hipoteca a cuestas y muchos gastos por cubrir, ninguno de los dos podía permitirse marcharse.

Tuvimos que arreglárnoslas como pudimos, dividiendo los espacios de la mejor manera posible, con la esperanza de que, con el tiempo, encontraríamos una solución.

Fue en ese periodo cuando conocí a mi actual compañero, tuve una hija con él... y nos vimos obligados a vivir todos juntos en aquella maldita casa.

Durante años, nada logró destrabarse; al contrario, todo fue empeorando.

La pérdida de nuestra autonomía, sumada al estrés constante por una situación económica cada vez más inestable, nos fue desgastando hasta dejarnos al borde de la desesperación.

Fue entonces cuando tomamos una decisión radical: como refugiados que huyen de un país en guerra, nos fuimos a Bolivia, a vivir con la familia de mi compañero.



LIBERTAD CONDICIONAL

Nada en aquella nueva vida fue fácil. Desde el primer momento tuve que enfrentar cambios extremos que me pusieron a prueba en todos los sentidos.

Pero el propósito de aquella aventura era claro: recuperar la libertad y la autonomía que habíamos perdido. Y, en efecto, las recuperamos. Al cabo de apenas unas semanas, ya éramos felices otra vez.

Sin embargo, no tardé en ceder ante los encantos de la comodidad. Y allí cometí mi segundo error: perdí el derecho a la libertad condicional que había conquistado con tanto esfuerzo... y fui enviada de nuevo a prisión.

En mi ausencia, la guerra entre mi familia y la de mi exmarido había continuado sin tregua. Pero sin mí, mis padres estaban en clara desventaja: todos los papeles estaban a mi nombre, y solo con mi colaboración podían atacar con eficacia.

Mientras tanto, ese desgraciado de mi exesposo se comportaba de forma cada vez más deshonesto. Incumplía los acuerdos establecidos antes de mi partida, vació la casa llevándose mis muebles y los objetos personales que habían quedado.

Y, por si fuera poco, empezó a elaborar una lista interminable de gastos “imaginarios” que, más adelante, planeaba presentarme cuando se vendiera el inmueble.

Esto me dolió profundamente. Había confiado en él, pero no consideré que un hombre herido en su orgullo, abandonado por su mujer, puede volverse vengativo... y peligroso.

Mi familia me invitó varias veces a volver a Italia. Me ofrecían una casa solo para mí en Bari —ya que volver a Milán no era una opción— y ayuda económica para reconstruir mi vida. Además, se encargarían de cubrir todos los gastos legales necesarios para iniciar una acción contra mi exmarido.



Acepté, con la esperanza de cerrar, de una vez por todas, aquella historia interminable, reconciliarme con mi familia y comenzar una nueva vida serena en el lugar donde nací y crecí.

La ilusión duró apenas unos meses. Aquel pueblito de provincia no era adecuado para nosotros: veía mala educación y falta de respeto por todas partes, ausencia de servicios, falta de oportunidades laborales... un verdadero infierno.

Además, a pesar de haber intervenido personalmente, en el frente legal no hubo ningún avance: todo seguía tan bloqueado como antes.

Peor aún, la guerra por la casa y las tensiones entre las partes se intensificaron. Las visitas al abogado se volvieron cada vez más frecuentes, y yo me sentía como una marioneta cuyos hilos eran movidos por voluntades ajenas a la mía.

El deseo de hacer las maletas y huir de nuevo era intenso, casi insoportable. Pero, tras dos mudanzas y varios meses sin trabajo, los recursos económicos ya escaseaban. Estábamos, otra vez, atrapados y desesperados.

Y fue precisamente cuando creí haber tocado fondo, cuando sentí que ya no quedaba esperanza, que algo empezó a moverse.

Esperaba que alguien viniera a salvarme, que los acontecimientos externos resolvieran mágicamente mi vida. Y, sin embargo, la solución había estado siempre ahí, frente a mis ojos... dentro de mí.

Es increíble cuánta fuerza puede brotar de la desesperación.

No sé exactamente cuándo ocurrió, pero recuerdo con nitidez ese instante en que sentí un clic interior. Una energía empezó a crecer dentro de mí, sacudiéndome con fuerza.

Era el momento de reaccionar. Debía retomar el control y poner fin, de una vez por todas, a aquella situación absurda

que se arrastraba desde hacía años. Solo así podría romper las cadenas que aún me mantenían prisionera.

Fue entonces cuando tomé la decisión: volvería a Milán y enfrentaría personalmente a mi exmarido.

CON UÑAS Y DIENTES

Volver al lugar donde todo había comenzado me provocaba una sensación extraña y contradictoria. Por un lado, me sentía aliviada al reencontrarme con las queridas y reconfortantes costumbres de la vida milanesa; por otro, sumergirme nuevamente en aquella situación —ahora aún más enredada que cuando me fui— me generaba un cierto temor.

Aun así, el entusiasmo prevaleció. Completamente positiva y motivada, albergaba la esperanza de que, a través de un diálogo civilizado, se pudiera encontrar una solución.

Pero ya todo —y todos— estaban fuera de control. Reinaba el caos más absoluto. Mi voz había perdido valor: yo era solo la última pieza, útil únicamente para firmas y trámites burocráticos. Comprendí que vender aquella casa a terceros sería imposible, porque no existía la más mínima posibilidad de acuerdo entre las partes. La única esperanza que me quedaba era una compra por parte de mi propia familia.

Estaba en guerra abierta, pero tenía un objetivo claro. Era la única rendija de salvación para recuperar la tan ansiada libertad. Lucharía con uñas y dientes... y la obtendría.

Lo que vino después fue el año más difícil de todos, marcado por altísimos picos de desorden emocional. Mi autoestima fue puesta a prueba como nunca antes.

Y, sin embargo, en el fondo, aquello se convirtió en un entrenamiento invaluable para el desarrollo de mi conciencia espiritual, que apenas comenzaba a despertar.

Me observé durante mucho tiempo. Aprendí mucho sobre mis propias reacciones, sobre las raíces de mi ira, sobre la forma en que me relacionaba con los demás... y con lo material.

Después de meses de enfrentamientos, la historia, finalmente, llegó a su fin: mi familia compró la casa y mi exmarido salió, al fin, de escena.

Se acabaron las discusiones, las visitas de la policía, las cartas de abogados y las convivencias forzadas. Basta. El infierno había terminado.

Por fin, la casa era toda nuestra. Un gran paso adelante, sin duda.

¿VICTORIA?

Todavía incrédula, no sabía si celebrar la victoria o esperar que un ovni cayera de repente sobre mi cabeza. Había pasado tantos años sumida en la desesperación que ya no creía posible salir de ella.

Finalmente, pudimos concentrarnos en nuestras vidas. Nos entregamos de lleno al trabajo, con grandes proyectos en mente y muchas esperanzas.

¿Era realmente el comienzo que había esperado? En ese momento, estaba convencida de que sí.

Durante el año siguiente trabajamos sin descanso, aunque los proyectos más ambiciosos nunca lograron despegar. Deseábamos lanzar emprendimientos importantes, aprovechando nuestras habilidades y experiencia, pero, por un lado, nos faltaban los fondos necesarios para invertir y, por otro, nos topamos con innumerables obstáculos burocráticos.

Exploramos todas las ideas posibles, hasta que finalmente decidimos rendirnos y regresar a nuestros trabajos de siempre.

Con el paso del tiempo, los gastos de aquella casa inmen-



sa comenzaron a devorar todos nuestros ahorros. Las facturas eran altísimas, el mantenimiento parecía interminable, y no contaba el tiempo que debíamos dedicar para mantenerla, al menos, medianamente limpia y ordenada.

Y entonces llegaron los desastres: fugas de agua, rotura de la caldera, fallos en la bomba, problemas eléctricos, tuberías atascadas, un alcantarillado colapsado.

Apenas contábamos con el dinero suficiente para cubrir nuestros gastos básicos de supervivencia, ¡mucho menos para reparar todos esos desperfectos! Era demasiado para nosotros.

EL DESCUBRIMIENTO DE LA ILUSIÓN

¿Era posible que, después de tanto camino recorrido y tantos sacrificios, me encontrara una vez más atrapada en una situación miserable como aquella? Vivía en una espera constante de “mejores momentos”, pero esos momentos nunca llegaban.

Algo se me escapaba. No lograba entender qué me faltaba para sentirme plena, dónde había cometido el error.

Le daba vueltas una y otra vez, hurgando en mis recuerdos, recorriendo cada acontecimiento, hasta que, de repente... llegó la tan esperada iluminación: no era libre. Nunca lo había sido realmente en todos esos años. Ni siquiera lo soy ahora.

Vivo en una casa demasiado grande y costosa, pero no puedo venderla, no puedo arreglarla ni alquilarla porque no es completamente mía. La mitad está a mi nombre, la otra mitad pertenece a mis padres, y sin su consentimiento, no puedo hacer nada.

Cuando vienen aquí, actúan como si fueran los dueños absolutos. Fingen pedir permiso, pero si quieren cortar un árbol, lo cortan; si creen que está bien derribar una pared, la derriban. Ellos deciden cuándo llegar y cuándo irse. Y si mi vo-



luntad choca con la suya, las discusiones se vuelven furiosas.

Pero es justo así: la huésped aquí soy yo. Soy yo quien, una vez más, se encuentra en el lugar equivocado, con la gente equivocada.

He trabajado toda la vida, he invertido tiempo y recursos, condicionada por decisiones ajenas, y hoy me encuentro con las manos vacías. Más aún, con el paso del tiempo he acumulado deudas.

Si hubiera contado con mis propias fuerzas desde el principio, probablemente habría encontrado la manera de salir adelante por mí misma. Comетиendo errores, sí, pero también acumulando experiencias valiosas y conquistando, finalmente, la verdadera libertad.

Nunca se me permitió probar, equivocarme o entender. No me enseñaron a valorar ni a desarrollar mis potencialidades. Fui educada en la obediencia, bajo un régimen de miedo, y yo, como una marioneta asustada, obedecí. Cedí ante los chantajes y soporté decisiones tomadas en mi lugar solo para poder respirar un poco.

Me hicieron creer que yo era la equivocada, me culparon por faltas que no me correspondían, y quisieron castigarme cuando rompí las reglas de su juego —un juego en el que me encontré jugando a mi pesar.

Y, sin embargo, hoy sé que no estoy equivocada en absoluto. Lo equivocado fue no haber comprendido desde el principio que la libertad es el mayor logro que uno puede alcanzar en la vida.

No necesito pedir permiso para tomar mis decisiones, ni vivir aterrorizada por las amenazas de quienes solo buscan manipularme bajo el disfraz de un “amor familiar” falso, usado como pretexto para ocultar su propia incapacidad de vivir una vida auténtica.



Tuve que esperar hasta los cuarenta años para comprenderlo, pero ¿qué importa?

Nunca es tarde para empezar de nuevo. Por fin ha llegado el momento de hacer lo que realmente quiero.



Conclusiones

La vida ofrece una reserva infinita de abundancia, felicidad y oportunidades. Para acceder a ella, solo hay que creer, dejarse llevar, soltar los viejos esquemas limitantes y abrirse a lo nuevo.

Cuando se habla de esto, muchos piensan que no es más que un bonito cuento, palabras agradables que se desvanecen en el aire. Incluso cuando se demuestra con hechos que este milagro es real, con ejemplos concretos, pocos están dispuestos a creerlo, a intentarlo... quién sabe por qué. Y, sin embargo, es mucho más fácil creer y arriesgarse a recibir, que no creer y seguir viviendo mal.

A veces pienso que la gente tiene miedo de ser feliz. Pide una vida mejor, pero no hace nada para mejorarla. Busca el amor, pero cuando lo encuentra, no sabe reconocerlo. Desea poder y riqueza, pero no cree en sí misma, y por eso fracasa incluso antes de empezar.

Se parte con las mejores intenciones, y luego, en el camino, uno se pierde en los niveles más bajos que puede alcanzar el ser humano: dominado por el odio, la rabia, la venganza, aferrado con fuerza a los bienes materiales. Se les da más valor que a la propia vida, olvidando que todos nacemos sin posesiones... y morimos igual: desprovistos de todo lo que logramos acumular.

Últimamente he vivido momentos de profundo desánimo hacia la humanidad entera. Al observar cuánta maldad hay en el mundo, cuánta insensibilidad, egoísmo y mezquindad,

llegué a perder la esperanza de que algo pudiera cambiar. En particular, dudé de que yo, personalmente, pudiera hacer algo útil al respecto. ¿Quién soy yo, al fin y al cabo, para mejorar el mundo? ¿Qué puede hacer una sola persona frente a un desafío tan inmenso?

Y entonces, recibo correos de lectores de mis libros. Me agradecen por haberles cambiado la vida. Personas que estaban hundiéndose y encontraron en mis palabras, en mi mensaje, un salvavidas... y se salvaron. Es en ese momento cuando comprendo una gran verdad: no hacen falta grandes acciones para cambiar el mundo. Una sola, pequeña y sincera intención puede producir enormes resultados; un único gesto de amor es capaz de activar esa potentísima fuerza universal que todo lo mueve y todo lo transforma.

Yo, probablemente, pueda parecer pequeña e insignificante, pero siempre seré alguien que lo intentó... y que sigue intentándolo.

No estaba previsto que me pusiera a escribir libros. No estudié para ser escritora. Pero tengo cosas importantes que decir, y usaré todos los medios a mi alcance para hacerlo.

A través de mi historia, deseo comunicar algo que va más allá del simple relato:

Que se comprenda cuánta ilusión hay en la realidad que estamos viviendo, para que no tome el control, convirtiéndonos en destructores en lugar de creadores.

Que se entiendan las verdaderas razones por las cuales uno se encuentra en situaciones dolorosas o desagradables.

Que se ahonde dentro de uno mismo y se busquen allí las respuestas a las propias necesidades.

Siempre existe una oportunidad que aprovechar. Cada uno de nosotros puede salir vencedor. Por muy desfavorables que sean las condiciones, por muy grande que sea el miedo a no lograrlo, incluso frente al fracaso o la desgracia, siempre valdrá



la pena intentarlo una vez más.

Es necesaria —y urgente— la participación de todos, para que podamos volver a vivir en paz y en armonía, en respeto por la naturaleza y por nosotros mismos, cada uno con su pequeño aporte.

La energía positiva, los buenos sentimientos, el amor incondicional... cuando se unen, son muchísimo más poderosos y pueden obrar verdaderos milagros. Por eso es fundamental unir fuerzas.

A ti, que estás leyendo, presta atención. Quiero decírtelo una vez más: ¡nunca dudes del gran poder que posees! También tú, a través de tus elecciones y tus pequeños gestos cotidianos, puedes hacer mucho por ti mismo y por los demás. También tú puedes lograr algo excepcional.

Por muy lejano que parezca el objetivo que deseas alcanzar, por mucho tiempo que requiera, si comienzas a caminar, tarde o temprano llegarás. **Nunca renuncies a tus sueños.**

Inténtalo una y otra vez. Si sientes que tu alma te lo pide, sigue adelante con confianza: ese es tu camino.

Sé que hay un momento para cada uno, y estoy segura de que tú sabrás reconocer el más adecuado para ti. Pero sobre algo me siento con fuerzas para insistir: ¡actúa, no te quedes quieto!

Libérate de toda forma de control y déjate llevar. Escucha el llamado de la vida y sigue su ritmo. Todo avanza demasiado rápido como para perder otra oportunidad. No importa lo que haya en tu pasado: **bórralo todo y empieza de nuevo, AHORA.**



La autora



Si tuviera que describirme a través de los ojos de los demás, me perdería en mil reflejos.

Hay quienes me ven como una guerrera tenaz; otros, como un alma sensible y silenciosa. Para algunos soy impulsiva, para otros, reconfortante. Irónica o introvertida, dulce o decidida... depende del ángulo desde el que se me mire.

Pero, ¿quién soy yo, realmente?

Hoy puedo decir esto: soy una persona que se ha reencontrado. Después de años persiguiendo definiciones, expectativas, esquemas impuestos desde fuera, he elegido dejar de preguntarme quién debería ser. He empezado, simplemente, a ser. A vivir. A respirar. A elegir.

Me defino como visionaria y creativa. Soy una mujer que busca las maravillas en los detalles, que se deja guiar por la intuición, que aprende de cada experiencia y transforma cada obstáculo en una oportunidad. Veo la vida como un espacio abierto, dinámico, lleno de posibilidades. Y creo, profundamente, que cada uno de nosotros tiene el poder de hacerlo mejor.

Nací en Bari y viví durante veinte años en Milán. Luego, a los cuarenta, escuché una voz interior y volví a empezar desde cero.



Elegí Valencia, una tierra de luz y renacimiento, donde he comenzado de nuevo a construir mi vida de forma auténtica y libre.

Amo viajar. Incluso cuando no pude hacerlo tanto como hubiera querido, siempre llevé en el corazón la certeza de que el mundo estaba allí, esperándome. Y ahora sé que iré, paso a paso, siguiendo mi propio ritmo.

Soy una mente en movimiento, un corazón lleno de pasiones. Cada cambio enciende en mí una chispa; cada nueva idea es una semilla que cuidar. Pero también sé cuándo es momento de detenerme. De escuchar. De agradecer. De disfrutar del presente y del silencio que lo envuelve.

Por encima de todo, amo a mi familia. Es mi hogar, mi refugio, mi fuerza. Juntos construimos sueños, recuerdos, risas y abrazos que saben a eternidad. Creo que la verdadera riqueza no está en las metas alcanzadas ni en los kilómetros recorridos, sino en los vínculos que nos nutren, en las sonrisas compartidas, en los momentos en que nos sentimos plenamente vivos.

Esta soy yo. En constante transformación. Y, siempre, irremediablemente, yo misma.

Emy Farella



Lecturas recomendadas



DEJA DE SER TÚ - *Joe Dispenza*

LA LEY DE LA ATRACCIÓN - *Ester e Jerry Hicks*

EL GUERRERO PACÍFICO - *Dan Millman*

PIENSE Y HÁGASE RICO - *Napoleon Hill*

LOS SECRETOS DE LA MENTE MILLONARIA - *T. Harv Eker*

EL PODER DEL AHORA - *Eckhart Tolle*

SALUD PERFECTA - *Deepak Chopra*

RAJA YOGA - *Swami Kriyananda*

MENSAJE PARA UN ÁGUILA QUE SE CREÍA UN POLLO -
Anthony De Mello

EL MONJE QUE VENDIÓ SU FERRARI - *Robin S. Sharma*

LA SEMANA LABORAL DE 4 HORAS - *Timothy Ferriss*

TUS DESEOS SE HACEN REALIDAD - *Wayne W. Dyer*



¿Te ha gustado este libro?

¡Tu opinión es muy valiosa!
Déjame una reseña en Amazon.



¡Me harías un gran favor!

